

PENGARUH DUKUNGAN EMOSIONAL, DUKUNGAN PENGHARGAAN,  
DUKUNGAN INSTRUMENTAL DAN DUKUNGAN INFORMATIF TERHADAP  
STRES PADA REMAJA DI YAYASAN PANTI ASUHAN PUTRA HARAPAN  
ASRORI MALANG

JURNAL ILMIAH



Inge Hastinda Pratiwi	NIM. 081664014
Dra. Hermien Laksmiwati, M.Psi	NIP. 19641208 199302 2 001

UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN  
PRODI PSIKOLOGI  
2012

## HALAMAN PERSETUJUAN

Jurnal ilmiah oleh : Inge Hastinda Pratiwi dan Dra. Hermien Laksmiwati, M.Psi  
NIM : 081664014  
Judul : Pengaruh Dukungan Emosional, Dukungan Penghargaan,  
Dukungan Instrumental dan Dukungan Informatif terhadap  
Stres pada Remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan  
Asrori Malang

Jurnal ilmiah ini telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk memenuhi persyaratan penyelesaian Program Sarjana Psikologi

Surabaya, Oktober 2012

Pembimbing

Ketua Prodi Psikologi

Dra. Hermien Laksmiwati, M.Psi  
NIP. 19641208 199302 2 001

Dra. Hermien Laksmiwati, M.Psi  
NIP. 19641208 199302 2 001

PENGARUH DUKUNGAN EMOSIONAL, DUKUNGAN PENGHARGAAN,  
DUKUNGAN INSTRUMENTAL DAN DUKUNGAN INFORMATIF TERHADAP  
STRES PADA REMAJA DI YAYASAN PANTI ASUHAN PUTRA HARAPAN  
ASRORI MALANG

JURNAL ILMIAH

Diajukan kepada Universitas Negeri Surabaya  
Untuk memenuhi persyaratan penyelesaian  
Program Sarjana Psikologi

Inge Hastinda Pratiwi	NIM. 081664014
Dra. Hermien Laksmiwati, M.Psi	NIP. 19641208 199302 2 001

UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN  
PRODI PSIKOLOGI  
2012

PENGARUH DUKUNGAN EMOSIONAL, DUKUNGAN PENGHARGAAN,  
DUKUNGAN INSTRUMENTAL DAN DUKUNGAN INFORMATIF TERHADAP  
STRES PADA REMAJA DI YAYASAN PANTI ASUHAN PUTRA HARAPAN  
ASRORI MALANG

Inge Hastinda Pratiwi dan Hermien Laksmiwati  
Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya  
e-mail : [ingehastinda@gmail.com](mailto:ingehastinda@gmail.com)

*Abstract : The purpose of this study was to determine the effect of emotional support, appreciation support, instrumental support and informational support toward stress in adolescents in Yayasan Panti Asuhan Putera Harapan Asrori Malang. The samples that were studied as many as 33 children who are taken by purposive sampling technique. The data collection method that was used to uncover the emotional support, appreciation support, instrumental support, informative support and stress is questionnaire. Data analysis technique that was used is multiple regression analysis. The results showed that emotional, appreciation support and instrumental support had an influence on stress as indicated by the correlation coefficient of -0.548, -0.616 and -0.831. While informative support, it had no effect on stress as indicated by the significant value of 0.085 ( $p > 0.05$ ). Emotional support, appreciation support, instrumental support and informational support collectively have an influence on stress as indicated by the significant value of 0.000 ( $p < 0.05$ ) whereas the effect is 0.515, while the remaining 0.485 influenced by other factors.*

*Key words: emotional support, appreciation support, instrumental support, informative support and stress in orphanage adolescent.*

**Abstrak :** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif terhadap stres pada remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang. Sampel yang diteliti sebanyak 33 anak yang diambil dengan tehnik sampel purposive. Metode pengumpulan data menggunakan angket untuk mengungkap dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informatif dan stres. Analisis data yang digunakan adalah tehnik analisis regresi berganda. Hasil analisis menunjukkan dukungan emosional, dukungan penghargaan dan dukungan instrumental memiliki pengaruh negatif terhadap stres yang ditunjukkan dengan koefisien korelasi sebesar -0.548, -0.616 dan -0.831. Sedangkan dukungan informatif tidak memiliki pengaruh terhadap stres yang ditunjukkan dengan nilai signifikan sebesar 0.085 ( $p > 0.05$ ). Dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif secara bersama-sama memiliki pengaruh terhadap stres yang ditunjukkan dengan nilai signifikan 0.000 ( $p < 0.05$ ) sedangkan besar pengaruhnya adalah sebesar 0.515 sedangkan sisanya sebesar 0.485 dipengaruhi oleh faktor lain.

**Kata kunci :** dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informatif dan stres remaja panti asuhan.

Masa remaja merupakan masa transisi antara anak-anak dan masa dewasa dan dianggap sebagai masa yang penuh konflik. Monks (2002:261) mendefinisikan remaja sebagai individu yang berusia antara 12-21 tahun dengan pembagian 12-15 tahun sebagai remaja awal, 15-18 tahun sebagai remaja tengah dan 18-21 tahun sebagai remaja akhir. Sehingga dapat dikatakan remaja adalah individu yang berusia antara 12-21 tahun dan sedang mengalami masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Perubahan yang dialami remaja ini ada kalanya membuat individu mengalami stres. Menurut Taylor (1991:192), stres adalah proses yang terjadi dalam diri individu dalam menilai kejadian atau peristiwa kehidupan yang bersifat membahayakan, mengancam atau menantang diri individu dan bagaimana individu merespon peristiwa-peristiwa tersebut.

Hans Selye (dalam Jayanti, 2008:19) dalam penelitiannya menemukan bahwa semua stressor, terlepas dari berbagai macam jenis stressor tersebut, akan menghasilkan pola yang sama dari respon-respon fisiologis terhadap stressor tersebut. Dari hasil observasinya, Selye (dalam Santrock, 2003:557-560) mengembangkan konsepnya menjadi *General Adaption Syndrome* (GAS). *General Adaption Syndrome* merupakan sebuah konsep yang menggambarkan efek umum pada tubuh ketika ada tuntutan yang di tempatkan pada tubuh. *General Adaption Syndrome* terdiri dari tiga tahapan yaitu *alarm* (peringatan), *resistence* (perlawanan), dan *exhausted* (kelelahan).

Pada tahap peringatan individu memasuki kondisi shock yang bersifat sementara, suatu masa dimana pertahanan terhadap stres berada di bawah normal. Individu mengenali keberadaan stres dan mencoba untuk menghilangkannya. Tahap peringatan ini berlangsung singkat. Setelah itu memasuki tahap perlawanan.

Pada tahap ini, pertahanan terhadap stres semakin intensif. Selain itu, tubuh dipenuhi hormon stres. Kondisi ini ditandai dengan tekanan darah, detak jantung dan pernafasan yang meningkat. Pada tahap terakhir, yaitu tahap kelelahan individu dinyatakan gagal untuk melawan stres dan kondisi stres tersebut tidak hilang. Kondisi ini ditandai dengan kerusakan tubuh semakin meningkat dan kerentanan individu terhadap penyakit akan meningkat.

Menurut Yusuf (2004:79) faktor-faktor yang menyebabkan stres adalah sebagai berikut, a) stresor fisik biologi seperti penyakit, kurang berfungsinya salah satu anggota tubuh atau postur tubuh yang tidak ideal, b) stresor psikologis seperti frustrasi, kegagalan atau konflik pribadi, dan c) stresor sosial seperti keluarga yang tidak harmonis ataupun kurang terpenuhinya fasilitas yang memadai.

Rice (dalam Mumtahinnah, 2007) mengidentifikasi gejala stres kedalam empat tipe yang berbeda yaitu:

- a. Gejala perilaku, ditunjukkan dengan menarik diri dari lingkungan, kehilangan nafsu makan dan hilangnya tenaga, adanya agresi, penggunaan obat-obatan secara dramatis dan penurunan produktivitas
- b. Gejala emosi, ditunjukkan dengan hilangnya kontrol akan emosi dan perasaan yang tidak menentu
- c. Gejala kognitif, ditunjukkan dengan susah berkonsentrasi, kehilangan ingatan dan mengasihani diri sendiri
- d. Gejala fisik, yang ditunjukkan dengan keadaan fisik yang lemah, sakit kepala, ketegangan otot tubuh dan serangan jantung.

Leonardi (2003) dalam penelitiannya yang dilakukan terhadap mahasiswa kedokteran Universitas Atma Jaya, menemukan bahwa keadaan stres

menimbulkan efek yang kurang menguntungkan, baik secara psikologis maupun fisiologis. Dan juga ditemukan bahwa salah satu cara untuk mereduksi stres adalah dengan memperoleh dukungan sosial. Peran dukungan sosial sebagai penahan munculnya stres telah dibuktikan melalui studi Cohen, dkk (dalam Nevid, 2003:146) yang menunjukkan bahwa luasnya jaringan kontak sosial yang dimiliki seseorang berhubungan dengan semakin besarnya ketahanan terhadap berkembangnya infeksi seseorang terkena virus flu. Penyelidik percaya bahwa memiliki kontak sosial yang luas, membantu melindungi sistem kekebalan tubuh terhadap stres.

Gottlieb (dalam Smet, 1994:135) mendefinisikan dukungan sosial sebagai informasi verbal atau non-verbal, saran, bantuan nyata atau tingkah laku yang diberikan individu yang akrab dengan Individu dalam lingkungan sosialnya atau berupa kehadiran atau hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Menurut Sarafino (1994:103) sumber dukungan sosial dapat berasal dari pasangan, keluarga ataupun teman atau komunitas.

House dalam Smet (1994:136) membedakan dukungan sosial menjadi empat jenis yaitu:

- a. Dukungan emosional, merupakan ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap individu sehingga individu merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan saat menghadapi berbagai tekanan dalam hidup
- b. Dukungan penghargaan, yaitu pemberian dukungan dengan melihat segi positif yang ada dalam individu dibandingkan dengan orang lain yang berfungsi untuk menambah penghargaan diri dan perasaan dihargai saat individu mengalami tekanan

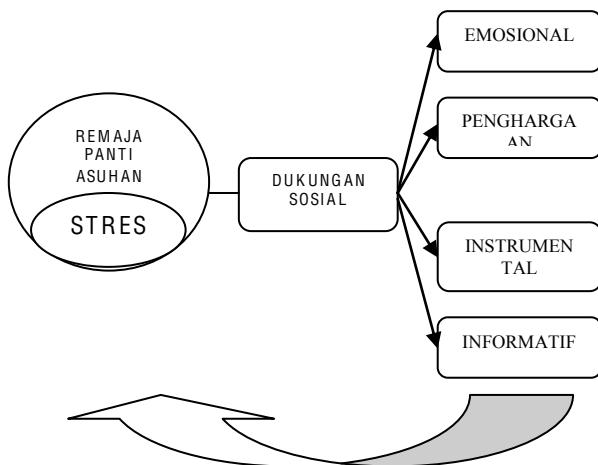
- c. Dukungan instrumental, merupakan bantuan yang diberikan secara langsung yang sifatnya fasilitas atau materi dan
- d. Dukungan informatif, merupakan penjelasan tentang situasi dan segala sesuatu yang berhubungan dengan masalah yang dihadapi individu.

Dalam beberapa situasi, dukungan sosial tidak dapat begitu saja diberikan seperti pada anak panti asuhan. Keluarga sebagai pemberi dukungan sosial yang utama tidak terdapat dalam kehidupan di panti asuhan. Pengurus panti asuhan sebagai pengganti orangtua juga tidak dapat memberikan dukungan sosial secara maksimal dikarenakan jumlah yang tidak seimbang antara anak asuh dan pengurus panti asuhan. Padahal Hartini (2001:114) dalam penelitiannya menemukan bahwa 77 persen anak panti asuhan di Jawa Timur mempunyai kebutuhan psikologis untuk mendapatkan dorongan dan dukungan dari lingkungannya.

Kondisi kurangnya dukungan sosial ini tampak dalam wawancara awal yang dilakukan terhadap pengurus Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang diperoleh informasi bahwa terdapat beberapa anak asuh menunjukkan perilaku menghindar, menyendiri serta kemarahan. Pengurus panti juga menjelaskan adanya kekurangan tenaga kerja sehingga ketika ada anak panti asuhan yang membutuhkan bantuan psikologis seperti nasehat, seringkali pengurus panti asuhan tidak dapat memenuhinya dikarenakan pengurus merasa kelelahan dan juga harus menjalani kehidupan pribadinya.

Dapat diambil kesimpulan bahwa dukungan sosial memegang peranan penting dalam mempengaruhi stres yang biasa dialami oleh remaja khususnya remaja yang tinggal di panti asuhan.

Bagan Hubungan antara Stres dan Dukungan Emosional, Dukungan Penghargaan, Dukungan Instrumental dan Dukungan Informatif



## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dan bermaksud untuk mengetahui pengaruh emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif terhadap stres pada remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang. Sampel penelitian yang digunakan sebanyak 33 anak yang merupakan anak asuh di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang dan masuk dalam kategori remaja berumur 12-21 tahun.

Variabel dalam penelitian ini terdapat variabel bebas yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah stres. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informatif dan stres. Skala yang digunakan adalah skala Likert yang terdiri dari empat respon, yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai dan sangat tidak sesuai.

Sesuai dengan tujuan dari penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh

dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif terhadap stres pada remaja di panti asuhan maka peneliti menggunakan analisis regresi linier berganda. Sebelum melakukan perhitungan analisis data terlebih dahulu dilakukan uji normalitas, uji linieritas, uji homogenitas, uji multikolinieritas dan uji autokorelasi dengan bantuan program *SPSS versi 20 for Windows*.

Tahap-tahap yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengajukan usulan penelitian tentang masalah yang akan diteliti sampai dengan pengajuan proposal penelitian
2. Melakukan studi literatur untuk memberikan informasi tentang permasalahan yang akan diteliti melalui buku, jurnal ataupun melalui internet
3. Menentukan populasi dan sample. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja yang tinggal di panti asuhan asrori malang. Hal yang ingin diteliti dalam penelitian ini adalah pengaruh dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informatif terhadap stres pada remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang
4. Menyusun alat ukur. Alat ukur disusun berdasarkan definisi dari tokoh yang digunakan sebagai landasan teori dalam penelitian ini
5. Mengurus surat perizinan. Penelitian ini dilakukan di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori dan untuk dapat melakukan penelitian diperlukan surat izin penelitian. Maka setelah membuat surat izin penelitian dari Fakultas Ilmu Pendidikan, peneliti baru mendapat izin dari pihak panti untuk melakukan penelitian.

6. Setelah mendapatkan ijin untuk melakukan penelitian di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori maka peneliti segera membuat jadwal dengan pengurus panti asuhan untuk melakukan penelitian di tempat tersebut.
7. Uji coba instrumen yang digunakan dalam penelitian. Uji coba instrumen perlu dilakukan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas suatu instrumen. Uji coba juga harus diberikan kepada subjek yang memiliki karakteristik yang sama dengan subjek penelitian sehingga dengan pertimbangan itu maka peneliti memilih Panti Asuhan Panjura Malang sebagai tempat untuk melakukan uji coba instrumen penelitian. Uji coba diberikan kepada 33 anak yang merupakan anak asuh di Panti Asuhan Panjura

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengenai pengaruh dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif terhadap stres menunjukkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Analisis Regresi Berganda

Model Summary <sup>a</sup>					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.718 <sup>a</sup>	.515	.446	3.321	2.120

a. Predictors: (Constant), informatif, penghargaan, emosional, instrumental

b. Dependent Variable: stres

Tabel 2. Pengaruh Dukungan Emosional, Dukungan Penghargaan, Dukungan Instrumental dan Dukungan Informatif terhadap Stres

Coefficients <sup>a</sup>							
Model	Unstand Coeffi		Stand Coeff Beta	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	St.Error				Tol	VIF
Cons	115.477	7.923		14.574	.000		
Emsi	-.548	.238	-.352	-2.304	.029	.741	1.350
1 Peng	-.616	.229	-.364	-2.693	.012	.946	1.057
Instr	-.831	.333	-.392	-2.499	.019	.705	1.419
Inf	.429	.239	.251	1.791	.084	.883	1.133

a. Dependent Variable: stres

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Dukungan Emosional, Dukungan Penghargaan, Dukungan Instrumental dan Dukungan Informatif terhadap Stres pada Remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang. Terdapat lima hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini.

### *Pengaruh Dukungan Emosional, Dukungan Penghargaan, Dukungan Instrumental dan Dukungan Informatif terhadap Stres*

Hipotesis pertama pada penelitian ini dihitung menggunakan rumus regresi berganda untuk mengetahui pengaruh dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif secara bersama-sama. Adapun rumus regresi berganda adalah sebagai berikut :

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + \dots + b_3X_3$$

Keterangan :

Y = nilai dari variabel terikat

a = nilai konstanta

b = koefisien regresi

X= variabel bebas

Hasil perhitungan regresi berganda yang dilakukan dengan bantuan program *SPSS versi 20 for Windows* tampak pada Tabel 1 yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang menjelaskan  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat. Hipotesis pertama yang berbunyi “*Dukungan Emosional, Dukungan Penghargaan, Dukungan Instrumental Dan Dukungan Informatif secara bersama-sama Berpengaruh terhadap Stres pada Remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang*”, dinyatakan diterima dan ditunjukkan dengan nilai signifikan sebesar 0,000. Selain itu besarnya kontribusi juga ditunjukkan dengan nilai R Square sebesar 0,515. Dapat diambil



kesimpulan bahwa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif bersama-sama berpengaruh secara signifikan terhadap stres dengan kontribusi sumbangan sebesar 0,515. Artinya, dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif mampu mempengaruhi tingkat stres dengan sumbangan sebesar 0,515 sedangkan sisanya sebesar 0,485 dipengaruhi oleh variabel yang tidak diukur peneliti. Pengaruh dukungan sosial secara bersama-sama ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Asmarasari, dimana didapat hasil bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres remaja dalam menghadapi SNMPTN.

#### *Pengaruh Dukungan Emosional Terhadap Stres*

Hipotesis kedua yang menyatakan “*Ada Pengaruh Dukungan Emosional terhadap Stres pada Remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang*” diterima, yang dinyatakan dengan nilai signifikansi sebesar 0,029. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan emosional memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres. Arah hubungan pada variabel dukungan emosional dengan stres ditunjukkan dengan nilai koefisien regresi sebesar -0,548. Hubungan ini menyatakan, dimana kenaikan atau penurunan variabel bebas dukungan emosional akan mengakibatkan penurunan atau kenaikan variabel terikat stres. Sehingga apabila dukungan emosional naik satu tingkatan maka stres diprediksi akan mengalami penurunan dengan sumbangan sebesar 0,548. Sebaliknya, jika dukungan emosional mengalami penurunan satu tingkatan maka stres diprediksi akan mengalami kenaikan dengan sumbangan sebesar 0,548. Pemberian dukungan emosional ini mampu mengurangi perasaan

ketidakmampuan individu untuk melakukan pekerjaannya.

#### *Pengaruh Dukungan Penghargaan terhadap Stres*

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dukungan penghargaan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0,012 sehingga hipotesis ketiga yang berbunyi “*Ada Pengaruh Dukungan Penghargaan terhadap Stres pada Remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang*” diterima. Arah hubungan pada variabel dukungan penghargaan dengan stres ditunjukkan dengan nilai koefisien regresi sebesar -0,616. Arah hubungan yang bersifat negatif menjelaskan bahwa kenaikan atau penurunan variabel bebas dukungan penghargaan akan mengakibatkan penurunan dan kenaikan pada variabel terikat stres. Dapat dikatakan, apabila dukungan penghargaan naik satu tingkatan maka stres diprediksi akan mengalami penurunan dengan sumbangan sebesar 0,616 sedangkan jika dukungan penghargaan mengalami penurunan satu tingkatan maka stres diprediksi akan mengalami kenaikan dengan sumbangan sebesar 0,616. Pemberian dukungan penghargaan dapat dilakukan dengan melakukan perbandingan dengan orang-orang yang lebih buruk keadaannya atau membandingkan pendapat yang diharapkan akan membantu individu untuk menambah kemampuan dan penghargaan dirinya sehingga individu mampu mengurangi stresnya.

#### *Pengaruh Dukungan Instrumental terhadap Stres*

Hipotesis keempat yang menyatakan “*Ada Pengaruh Dukungan Instrumental terhadap Stres pada Remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang*” juga diterima dan dinyatakan dengan nilai signifikansi

sebesar 0,019. Arah hubungan antara variabel dukungan instrumental dan stres diketahui negatif dengan nilai koefisien regresi sebesar - 0,831. Hal ini menjelaskan bahwa kenaikan atau penurunan variabel bebas dukungan instrumental akan mengakibatkan penurunan atau kenaikan pada variabel terikat stres. Sehingga apabila dukungan instrumental naik satu tingkatan maka stres diprediksi akan mengalami penurunan dengan sumbangan sebesar 0,831 dan sebaliknya apabila dukungan instrumental mengalami penurunan satu tingkatan maka stres diprediksi akan mengalami kenaikan dengan sumbangan sebesar 0,831. Pemberian dukungan instrumental ini jika diberikan akan membantu individu dalam melaksanakan kegiatannya sehingga mampu mengurangi perasaan ketidakmampuan individu dalam melakukan pekerjaannya.

### *Pengaruh Dukungan Informatif terhadap Stres*

Dari hasil penelitian diketahui bahwa dukungan informatif tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres. Hal ini dijelaskan dari nilai signifikansi sebesar 0,084 sehingga hipotesis kelima yang berbunyi “*Ada Pengaruh Dukungan Informatif terhadap Stres pada Remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang*” ditolak. Hubungan antara variabel dukungan informatif dengan stres ditunjukkan nilai koefisien regresi sebesar 0,492 dengan hubungan yang bersifat positif, dapat dikatakan apabila dukungan informatif naik satu tingkatan maka stres diprediksi akan mengalami kenaikan dengan sumbangan sebesar 0,492 sedangkan apabila dukungan informatif mengalami penurunan satu tingkatan maka stres diprediksi mengalami penurunan dengan sumbangan sebesar 0,492. Pemberian dukungan informatif ini juga penting diberikan karena akan membantu individu untuk mengambil

keputusan dan memecahkan masalah dengan praktis.

Ditolaknya hipotesis kelima ini dapat dijelaskan oleh Sarafino (1998) yang mengatakan bahwa dukungan sosial tidak hanya memberikan efek positif tetapi juga mampu memberikan efek negatif, antara lain:

1. Dukungan yang tersedia tidak dianggap sebagai sesuatu yang membantu. Hal ini dapat terjadi karena dukungan yang diberikan tidak cukup, individu merasa tidak perlu dibantu atau terlalu khawatir secara emosional sehingga tidak memperhatikan dukungan yang diberikan
2. Dukungan yang diberikan tidak sesuai dengan apa yang dibutuhkan individu
3. Sumber dukungan memberikan contoh buruk pada individu
4. Terlalu menjaga atau tidak mendukung individu dalam melakukan sesuatu yang diinginkan. Keadaan ini dapat menyebabkan individu menjadi tergantung pada orang lain

Selain itu Reis dalam Suhita (2005) juga menjelaskan ada tiga faktor yang mempengaruhi penerimaan dukungan sosial pada individu yaitu:

1. Keintiman, dimana semakin intim seseorang maka dukungan sosial yang diperoleh akan semakin besar
2. Harga diri, dimana tidak semua orang memandang dukungan sosial sebagai bantuan yang berarti tetapi sebagai bentuk penurunan harga diri, dan
3. Keterampilan sosial, dimana individu dengan keterampilan sosial yang tinggi akan mendapat dukungan sosial yang tinggi, begitu juga sebaliknya orang dengan keterampilan sosial yang rendah akan mendapat dukungan sosial yang rendah.

Dengan adanya efek negatif dukungan sosial dan faktor yang mempengaruhi penerimaan akan dukungan sosial diatas dapat diambil kesimpulan bahwa pemberian dukungan informatif tidak selalu memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres.

## PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan emosional, dukungan penghargaan dan dukungan instrumental dengan stres pada remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang. Semakin tinggi dukungan emosional, dukungan penghargaan dan dukungan instrumental maka semakin rendah stres pada remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang, sebaliknya semakin rendah dukungan emosional, dukungan penghargaan dan dukungan instrumental maka semakin tinggi stres pada remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang. Pengaruh dukungan sosial terhadap stres paling tinggi ditunjukkan oleh dukungan instrumental yaitu sebesar 0,831, disusul dukungan penghargaan yang mampu mempengaruhi stres sebesar 0,616 sedangkan pengaruh dukungan emosional terhadap stres adalah sebesar 0,548.

Dukungan informatif tidak menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap stres pada remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang. Sehingga pemberian dukungan informatif belum tentu mampu menurunkan stres pada remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang.

Dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif jika diberikan secara bersama-sama mampu mempengaruhi stres pada remaja di Yayasan Panti

Asuhan Putra Harapan Asrori Malang sebesar 0,515, sedangkan sisanya sebesar 0,485 dipengaruhi oleh faktor lain.

Dari hasil penelitian juga diharapkan pengurus panti asuhan memberikan perhatian dan meningkatkan pemberian dukungan sosial yang sesuai dengan kebutuhan anak sehingga efek dukungan sosial dalam mengurangi stres dapat dicapai dengan maksimal. Bagi penelitian lanjutan yang berminat meneliti dengan tema yang sama diharapkan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang berhubungan dan mempengaruhi dukungan sosial seperti keintiman, harga diri serta keterampilan sosial dan mempengaruhi stres seperti beban yang terlalu berat, konflik, frustrasi, kepribadian jenis A, penilaian kognitif, akulturasi budaya dan status sosial ekonomi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hartini, N. 2001. *Deskripsi Kebutuhan Psikologi Pada Anak Panti Asuhan. Insan Media Psikologi*. Volume 3. Nomor 2. Halaman 109-118.
- Jayanti, Hanindita K. 2008. Efektivitas Support Group untuk Menurunkan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang Menjalani Long Distance Relationship. *Skripsi* tidak diterbitkan. Surabaya : Unair.
- Leonardi, Peggy. 2003. Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Profesi Kedokteran Universitas Katolik Atma Jaya. *Tesis* tidak diterbitkan. Jakarta: Universitas Katolik Atma Jaya.
- Monks, dkk. 2002. *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada Press.
- Nevid, Jeffrey, dkk. 2003. *Psikologi Abnormal (edisi kelima)*. Jakarta: Erlangga.

- Sarafino, E.P. 1994. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions (2<sup>nd</sup> ed)*. Canada: John Wiley & Sons, Inc.
- Santrock, J.W. 2003. *Adolescence: Perkembangan Remaja (edisi terj)*. Jakarta: Erlangga.
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Taylor, S.E. 1991. *Health Psychology (2<sup>nd</sup> ed)*. New york: Mcgraw Hill, Inc.
- Yusuf, H.S. 2004. *Mental Hygiene Perkembangan Kesehatan Mental dalam Kajian Psikologi dan Agama*. Bandung: penerbit Banni Quraisy.